



PLANNING DES COURS COLLECTIFS

★ EMAIL : contact@magicform-far.fr ★

FONTENAY AUX ROSES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00 11h15 YOGA	09h45 10h30 GYM DOUCE	09h30 10h15 POSTURAL SHAPE	09h30 10h15 PILATES	09h30 10h15 BIKING	10h30 11h15 STEP	10h15 11h00 CAF
11h15 12h15 PILATES	10h30 11h15 CIRCUIT MINCEUR	10h15 10h30 ABDOS FLASH	10h15 10h30 ABDOS FLASH	10h15 11h00 BODY ZEN	11h15 12h00 BODY BARRE	11h00 11h30 stretching
	12h15 13h00 BIKING	10h30 11h00 HIIT	10h30 11h30 YOGA	11h00 11h45 FIT BALL		11h30 12h30 ZUMBA
12h15 13h00 stretching	12h15 13h15 QI GONG	11h00 11h45 FIT BALL		12h15 13h00 BODY GLIDE	12h00 12h30 ABDOS FESSIERS	
		12h15 13h00 PILATES		13h00 13h15 ABDOS FLASH	12h30 13h00 BIKE SPRINT	
					12h30 13h30 YOGA	
18h00 18h30 CROSS TRX	18h30 19h15 BIKING	18h00 18h45 BODY ZEN	18h15 19h00 BODY GLIDE	18h30 19h30 TRX	14h30 15h30 CIRCUIT TRAINING	
18h30 19h15 TBC	19h15 19h45 CAF	18h45 19h30 MAGIC PUMP	19h00 19h45 PILATES	19h30 20h30 STEP 3	15h30 16h00 ABDOS FESSIERS	
19h15 20h00 STEP 2	19h45 20h30 STEP 1	19h30 20h15 BIKING	19h45 20h45 DJEMBEL			
20h00 21h00 ZUMBA		19h30 20h30 ZUMBA				
		20h30 21h00 MAGIC COMBAT				

*Magic Form,
la forme comme on l'aime !*

HORAIRES :

LUNDI AU VENDREDI 09H00 - 22h00
SAMEDI 09H00 - 17H00
DIMANCHE ET JOURS FERIES 10H00 - 14H00

■ Renfo
 ■ Dance
 ■ Renfo / Cardio
■ Cardio
 ■ Etirement / Detente / Renfo

★ **ADRESSE :** ★
 5 rue d'estiennes d'orves 92260 FONTENAY AUX ROSES
TEL : 01 46 01 03 53

